Edición de Aniversario

TIPS para hacer las ensaladas más deliciosas y nutritivas

COCINA con alegría

CON YOLO Y FER

Año 2 Número 7 / $20.00

Con sazón de Primavera

Canasta de queso con ensalada

Chiles rellenos

Pay helado de limón

Contenido

Cocina con Alegría

edición 7

Página 6 — ENTRADAS
Bocadillos de jamón
Croquetas de plátano macho rellenas de frijol y queso
Cáscaras de papa con chorizo
Champiñones rellenos de salami y queso

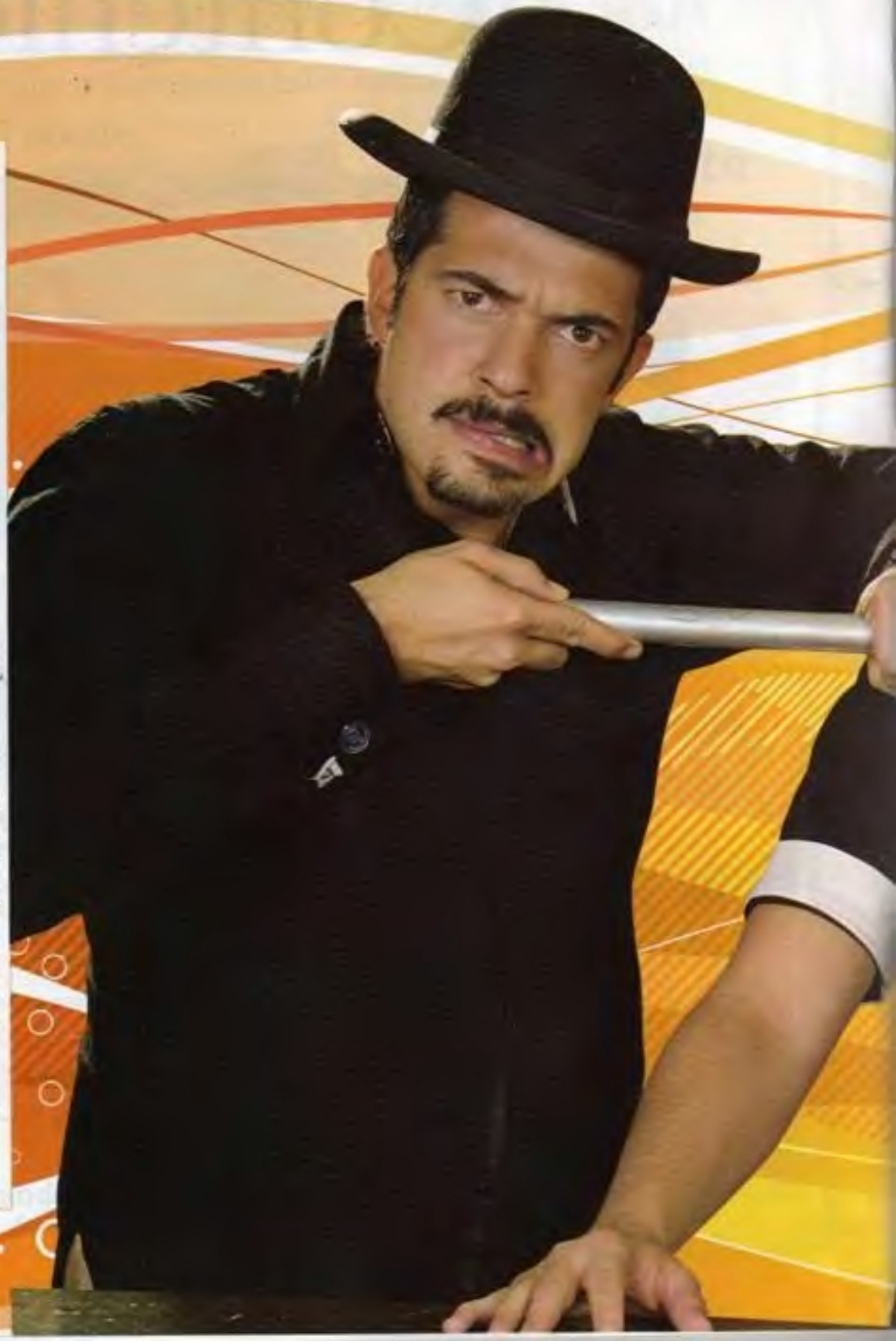
Página 11 — ENSALADAS
Ensalada de pepino con yogurt y menta
Canasta de queso con ensalada mixta
Ensalada de tortilla con vinagreta de chipotle

Página 15 — SOPAS
Crema de brócoli
Caldo Xóchitl
Caldo de ajo

Página 21 — PLATOS FUERTES
Tacos dorados de res
Rollitos de cerdo en salsa de tamarindo
Chiles fríos rellenos
Arroz norteño

Página 28 — POSTRES
Flan de elote
Pay helado de limón
Mousse de chocolate

Página 32 — NIÑOS
Banderillas de salchicha



bulbo STUDIO

EDITOR RESPONSABLE
Norberto Cacciamani

DIRECCIÓN EDITORIAL
Bulbo Studio

CHEF
Fernando Del Toro

ASISTENDE DE CHEF
Fernando Del Toro

FOTOGRAFÍA Y DISEÑO
Bulbo Studio

PRODUCTOR EJECUTIVO
Karla Parra

COCINA con alegría

COCINA CON ALEGRÍA
Año 2, Número 7
Abril de 2008

Revista mensual editada por Bulbo Studio. Editor responsable Norberto Adolfo Cacciamani Ferrari. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2007-041814343200-102. Número de Certificado de Licitud de Título: 13727. Número de Certificado de Licitud de Contenido: 11300. Domicilio de la publicación Calle 9 No. 119 Int. 3A Col. San Pedro de los Pinos CP 03800, México D.F. Impresa en Pérez Verona SA de CV. Manantiro Dibuitos 49 Col. Algarín CP. 06880, México D.F. Distribuidor exclusivo en México: IBESA. Calle 2Y No. 5791-A Col. Leyes de Reforma 09310 México D.F. Bulbo Studio investiga sobre la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza con las ofertas vertidas por los mismos.

IMPRESA EN MÉXICO
PRINTED IN MEXICO
TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ALL RIGHTS RESERVED © Copyright 2008

¡Arriba los corazones!

¡Llegó la primavera y con ello el surgimiento de las flores, como sinónimo de vida y más color! ¡Arriba los corazones!

En **Cocina con Alegría** este fenómeno astronómico también nos motiva a brindarles no solamente, más recetas de cocina, sino recetas que contengan vida y color.

¡Sí amigas y amigos! En esta estación primaveral queremos ofrecerles además de recetas nutritivas, recetas que contengan frescura y sabor para poder deleitar nuestro paladar.

Aprovechamos este medio para manifestarles nuestro agradecimiento a todos nuestros lectores por sus manifestaciones de apoyo a nuestra revista mensual.

Seguimos recibiendo sus correos, sugerencias, chistes, etc. ¡Gracias de verdad!

Sus Amigos de Siempre
Yolo y Fer

Para cualquier duda o sugerencia ponte en contacto con nosotros vía mail en: **cocinaconalegria@bulbostudio.com**

Primavera-Verano
TIEMPO de ensaladas

Por **Cecilia García Schinkel**

Llegó el calor y con él, el ánimo de consumir platillos frescos y ligeros. Qué mejor momento para pensar en preparar ensaladas para nuestra familia. Y es que las ensaladas aportan nutrimentos importantísimos para conservar la salud, además de ser preparaciones ligeras y de baja carga energética (o sea que aportan pocas calorías a la dieta). Analicémoslas un poco y definamos la mejor forma de prepararlas.

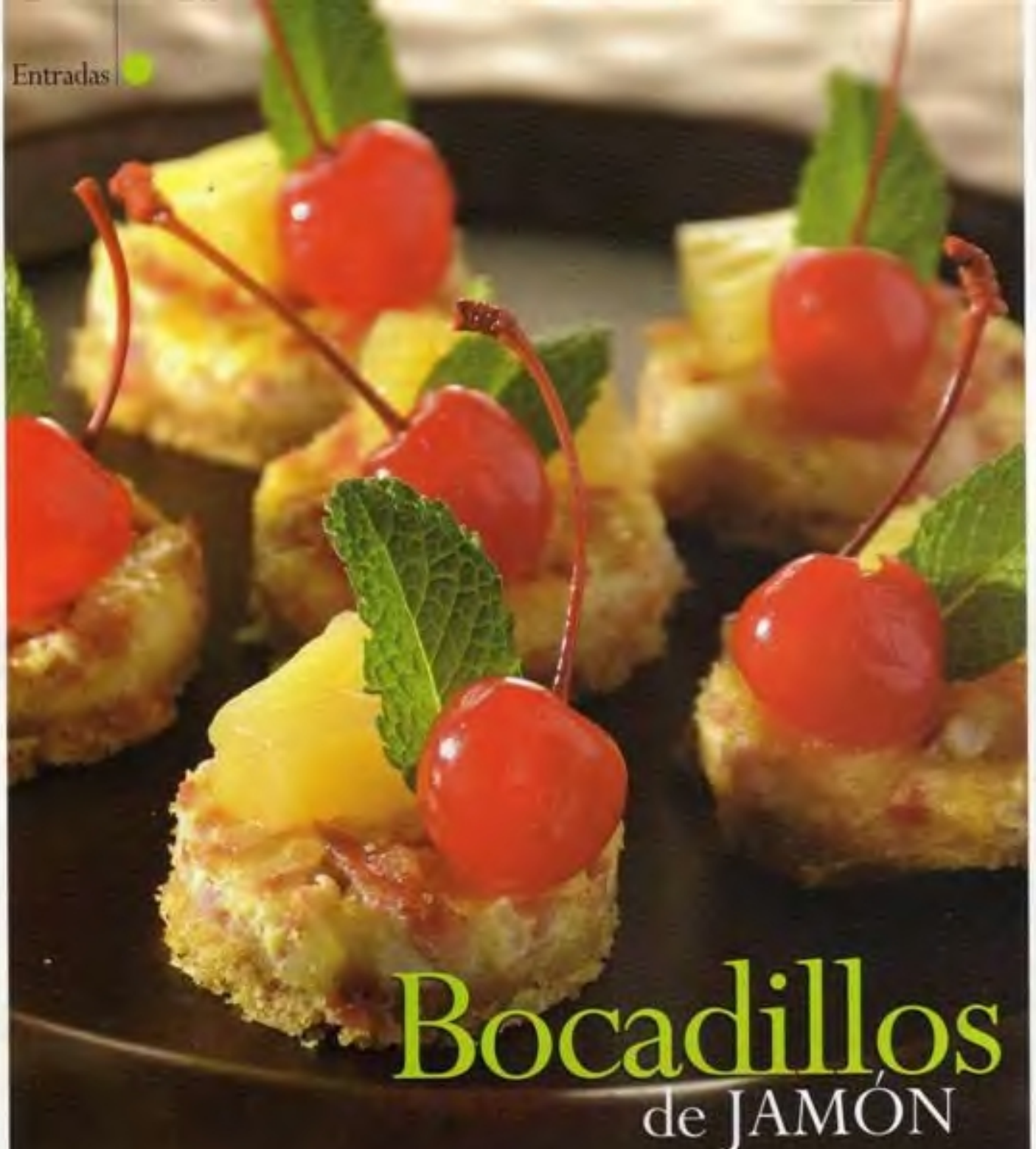
Las verduras son magnífica fuente de fibra insoluble, que ayuda a mejorar nuestra digestión. Contienen además cantidades importantes de agua, esencial para el buen funcionamiento de nuestro cuerpo. Pero no sólo eso. Las verduras son excelentes fuentes de vitaminas y minerales: aportan vitamina C que ayuda a fortalecer nuestro sistema inmune, vitamina A para evitar el envejecimiento celular, vitaminas del complejo B para fortalecer nuestro sistema nervioso, potasio para prevenir calambres y hierro para evitar la anemia. Las verduras de hoja verde oscuro como espinacas, berros y acelgas, así como las lechugas más oscuras son especialmente ricas en todas estas vitaminas y minerales por lo que se hace esencial consumirlas.

Y aún así, a veces nos cuesta trabajo prepararlas. En primer lugar, nos da miedo lavarlas y desinfectarlas, luego no las sabemos combinar. Así que manos a la obra. Empecemos por lavar las verduras con agua y jabón minutos antes de consumirlas, las de hoja tallando ligeramente cada una. Luego deben remojarse con unas gotas de algún desinfectante biodegradable (que no requiere dosificarse con tanto cuidado). Posteriormente escurra y listo.

Lo siguiente es combinar adecuadamente los sabores y las texturas. Recomendamos combinar varias hojas distintas: elija una variedad de sabor más intenso y otra de sabor más suave y mézclelas. Agregue otras verduras ya sea crudas o cocidas, pero frías o asadas para dar textura (las berenjenas y las calabazas son deliciosas asadas si primero se remojan en agua con sal). Si se siente aventurero, en vez de verduras, agregue cualquier fruta picada. Dé a su ensalada un toque de firmeza poniendo trozos de queso o carnes frías picadas o bien nueces, cacahuates o almendras tostadas ligeramente unos minutos antes de servirse (lo que les dará mayor intensidad de sabor). Dele a su preparación un toque crujiente agregando tiritas de tortilla doradas, pedacitos de pan horneado o crujientes de frutas, flores o verduras deshidratadas (se logran colocando el producto rebanado muy delgado en el horno a baja temperatura por casi una hora; las flores, como los crisantemos, nardos o rosas, son deliciosos así. Es importante asegurarse de que las flores que desee deshidratar no hayan sido rociadas con pesticidas).

Prepare su aderezo mezclando el doble de aceite por la mitad de vinagre y/o jugo de cítricos. Si lo quiere más ligero sustituya una parte del aceite por consomé fresco de pollo o de verduras. Agregue un toque interesante de sabor (puede ser cebollín picado, ajo rostizado, mostaza con miel o salsa de soya con aceite de cacahuate).

No sea tímido. Experimente; mezcle ingredientes que tenga a la mano y disfrute sus combinaciones; su cuerpo se sentirá mejor, con más ánimo y más resistente; estará más ligero y su salud a mediano plazo se verá muy favorecida. ¡Provecho!

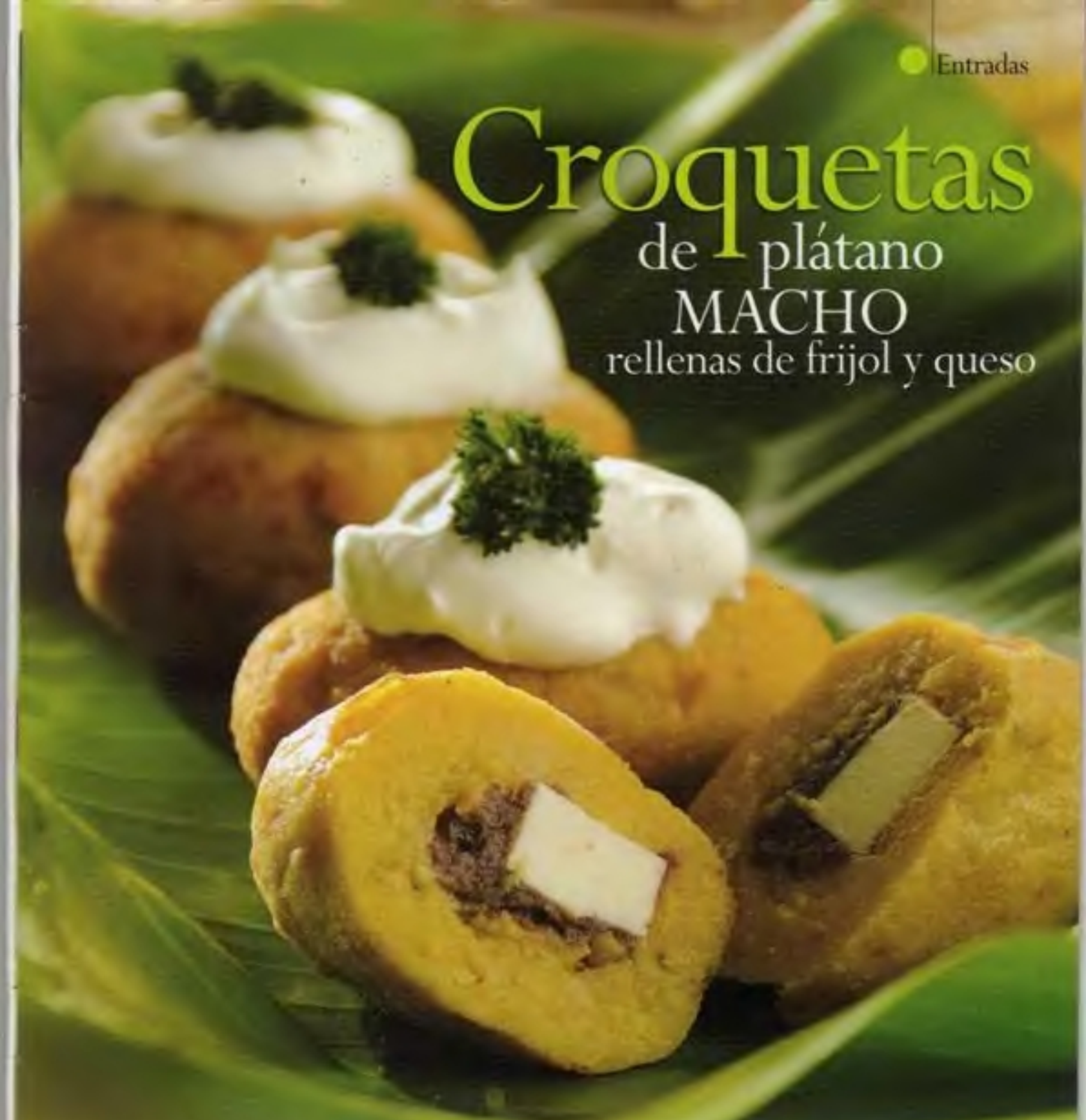


Bocadillos de JAMÓN

Ingredientes:
- 4 bolsas de pan molido
- 4 barras de mantequilla fundida
- 2 tzs de crema
- 6 huevos
- 250 gr de tocino picado
- 250 gr de jamón picado
- 1/4 de cebolla finamente picada
- 2 tzs de queso manchego rallado
- Sal y pimienta
- Cerezas para decorar
- Trocitos de piña en almíbar
- Menta fresca

Procedimiento:
1. En un tazón mezclar el pan molido junto con la mantequilla fundida hasta que se forme una pasta firme.
2. En una charola colocar una hoja de papel encerado y extender la pasta de pan molido y mantequilla uniformemente.
3. Incorporar en un tazón la crema, los huevos, el tocino y el jamón. Añadir la cebolla finamente picada, el queso y sazonar con sal y pimienta.
4. Verter esta mezcla sobre toda la superficie de pan molido y tratar de extender bien.
5. Hornear a 180° C por 30 minutos o hasta que esté firme, dejar enfriar y cortar en cuadritos o círculos, decorar con una cereza, un trocito de piña y una hojita de menta.

Croquetas de plátano MACHO rellenas de frijol y queso



Ingredientes:

- 3 plátanos machos con piel cortados en cuatro
- 1 hoja de aguacate
- Sal al gusto
- 1 lata de frijoles negros refritos
- 150 grs de queso panela
- Aceite
- Crema ácida
- Hojas de perejil

Procedimiento:

1. En una cacerola con agua y sal, cocer los plátanos con la hoja de aguacate.
2. Una vez cocidos dejar enfriar y machacar hasta lograr una masa tersa.
3. Con esta masa hacer bolas medianas del mismo tamaño.
4. Tomar una bola y con el pulgar hacer un espacio para introducir una tira de queso y un poco de frijoles.
5. Cerrar con cuidado para que no salga el relleno y dar forma de croqueta.
6. En otra cacerola con suficiente aceite para fritura profunda, freír las bolitas hasta que estén bien doradas.
7. En un plato con papel absorbente colocar las croquetas para retirar el exceso de grasa.
8. Presentar las croquetas bañadas con crema ácida y decorar con hojas de perejil.

Cáscaras de PAPA con chorizo

Ingredientes:
- 4 papas
- Aceite de oliva
- 1 pza de chorizo
- 1/4 de cebolla picada
- 1/2 pimiento rojo en cubitos
- 1/2 pimiento verde en cubitos
- 1 tz de queso chihuahua
- Crema agria
- Páprika (pimentón)

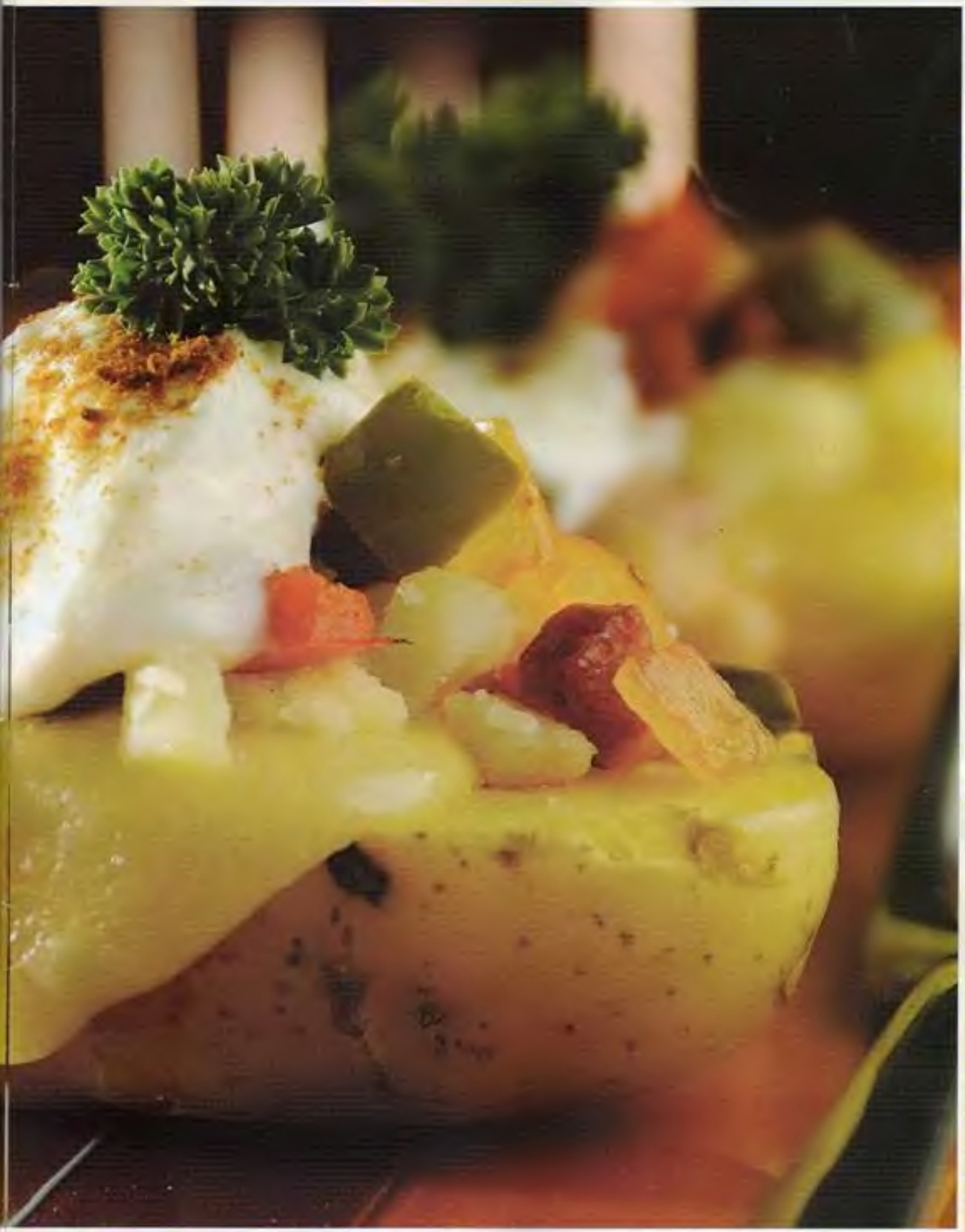
Procedimiento:
1. Untar las papas con aceite de oliva, envolver con papel aluminio y hornear a 180° C por espacio de 1 hora o hasta que estén bien cocidas.
2. Retirar del horno y dejar enfriar un poco, partirlas por la mitad y con una cuchara ahuecar teniendo cuidado de no llegar hasta el fondo y romper la piel.
3. En una sartén sofreír en su propia grasa el chorizo, la cebolla y los pimientos.
4. En un tazón mezclar la papa que se retiró junto con lo sofrito, el queso rallado y con esta mezcla rellenar las papas ahuecadas.
5. Hornear a 180° C por 10 minutos o hasta que gratine.
6. Servir con un poco de crema ácida y espolvorear con páprika.

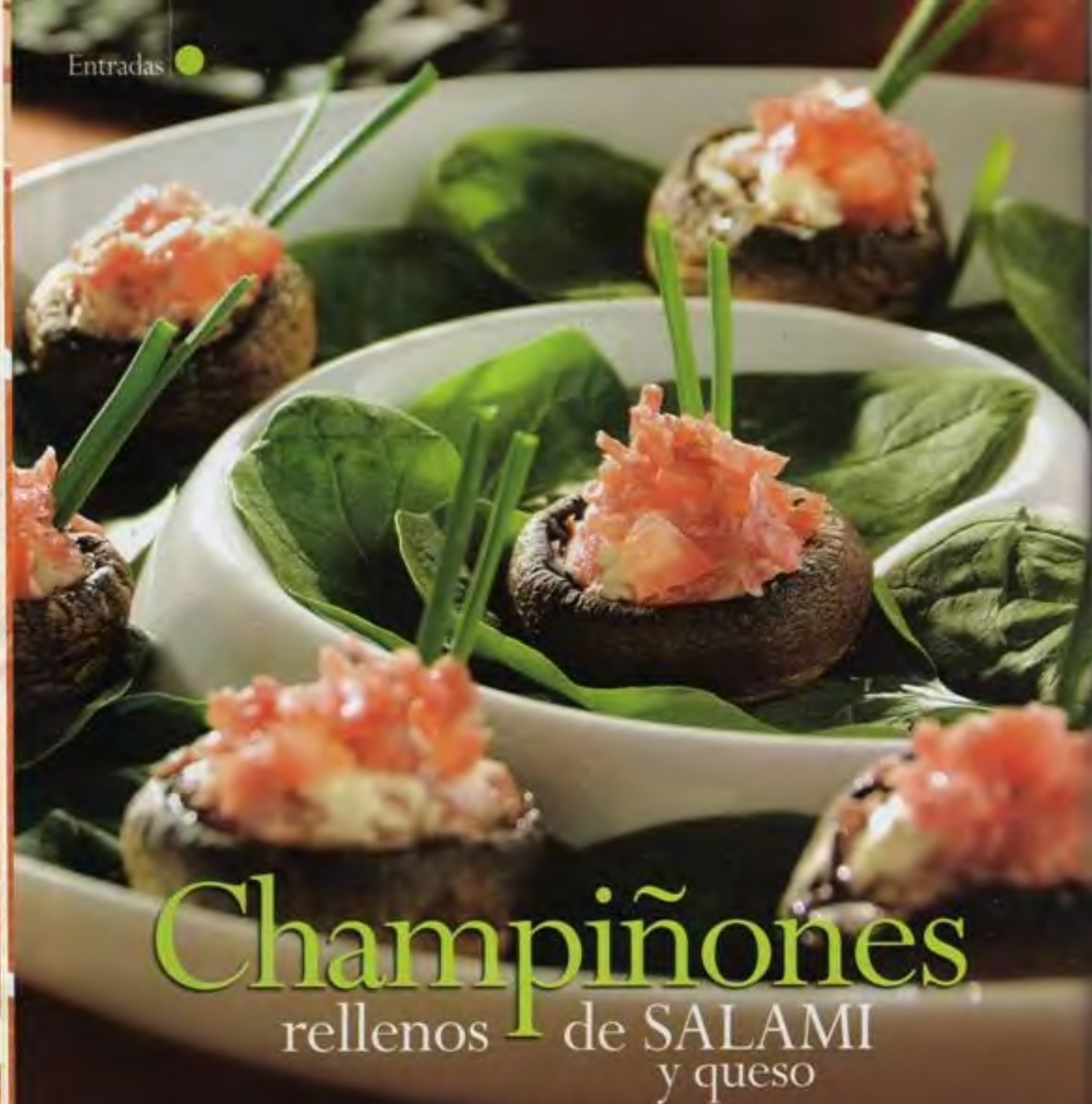
TIPS DE VOLO

Para elegir papas tomar en cuenta lo siguiente:
- La piel debe estar lisa y no arrugada.
- El color de la papa no deberá ser verde.
- Escoger las papas que no tengan hendiduras ni manchas negras.

EL CHISTE DE HOY

¿Qué le dice una botella a otra?
Estoy reteniendo líquido.





Champiñones rellenos de SALAMI y queso

Ingredientes:
- 1/4 de champiñones grandes
- Aceite de oliva
- 50 gr de queso de cabra
- 2 dientes de ajo picados
- 1 jitomate en cuadritos
- 1/2 tz de salami finamente picado
- 2 cdas de pan molido
- 1 cda de perejil picado

Procedimiento:
1. Limpiar los champiñones quitándoles la piel con un cuchillo, quitar el tronco y reservar.
2. Con una brocha untar por fuera los champiñones con un poco de aceite de oliva.
3. En un tazón mezclar con cuidado el queso, el ajo, el jitomate, el salami, el pan molido y el perejil.
4. Rellenar con esta mezcla los champiñones y rociar con un chorrito de aceite de oliva y colocar en un refractario para hornear a 180° C por 10 minutos o hasta que los champiñones estén suaves.

TIP DE YOLO

Los champiñones no se lavan cuando van a ser horneados porque son como esponjas, absorben mucha agua, se recomienda sólo retirar la piel.

Ingredientes:

- 2 pepinos grandes
- 1 tz de yogurt natural
- 1 cda de jocoque
- 1/4 de cebolla picada
- 2 dientes de ajo finamente picados
- Sal y pimienta
- Menta fresca
- Ajonjolí negro

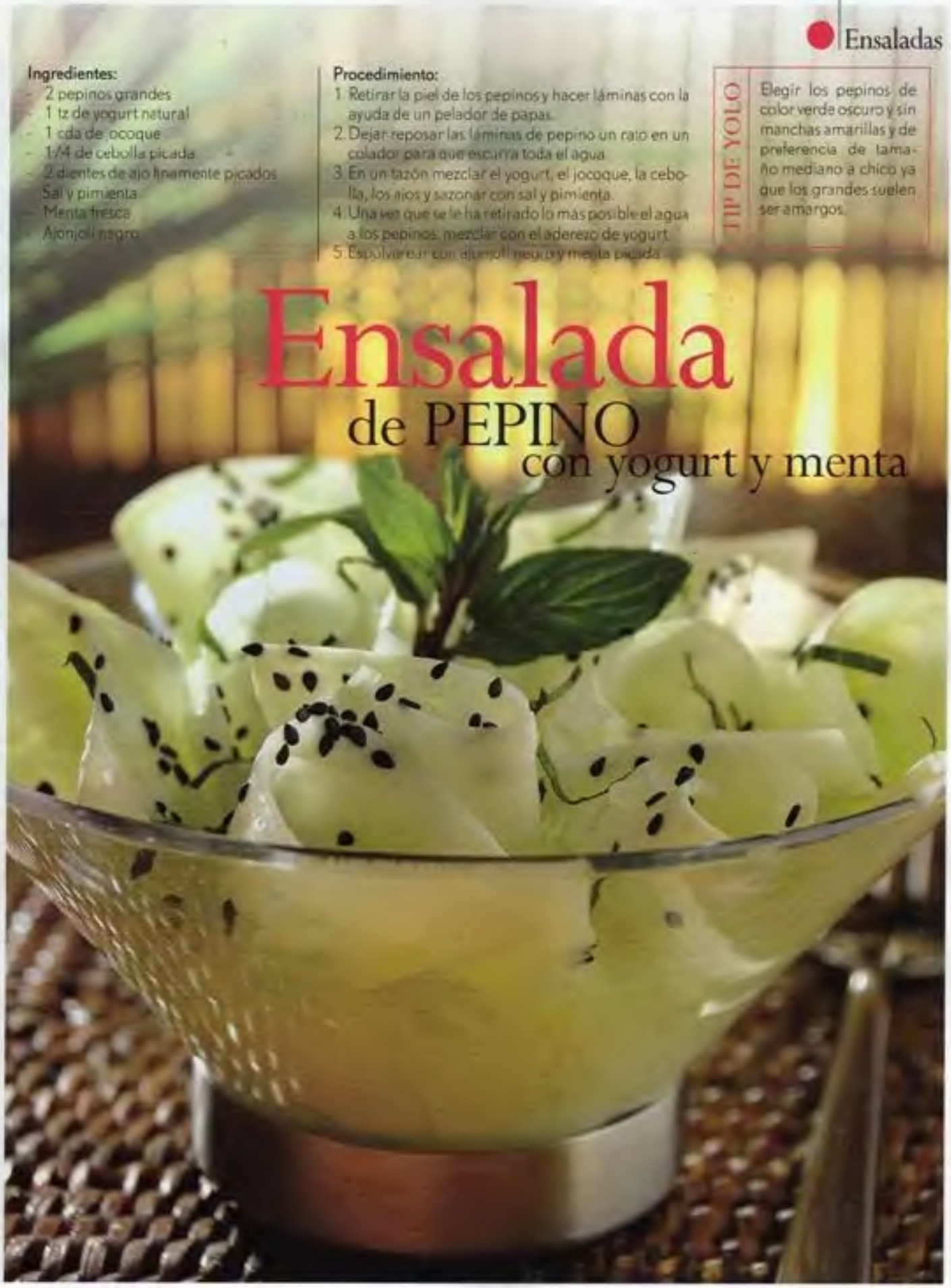
Procedimiento:

1. Retirar la piel de los pepinos y hacer láminas con la ayuda de un pelador de papas.
2. Dejar reposar las láminas de pepino un rato en un colador para que escurra toda el agua.
3. En un tazón mezclar el yogurt, el jocoque, la cebolla, los ajos y sazonar con sal y pimienta.
4. Una vez que se le ha retirado lo más posible el agua a los pepinos, mezclar con el aderezo de yogurt.
5. Espolvorear con ajonjolí negro y menta picada.

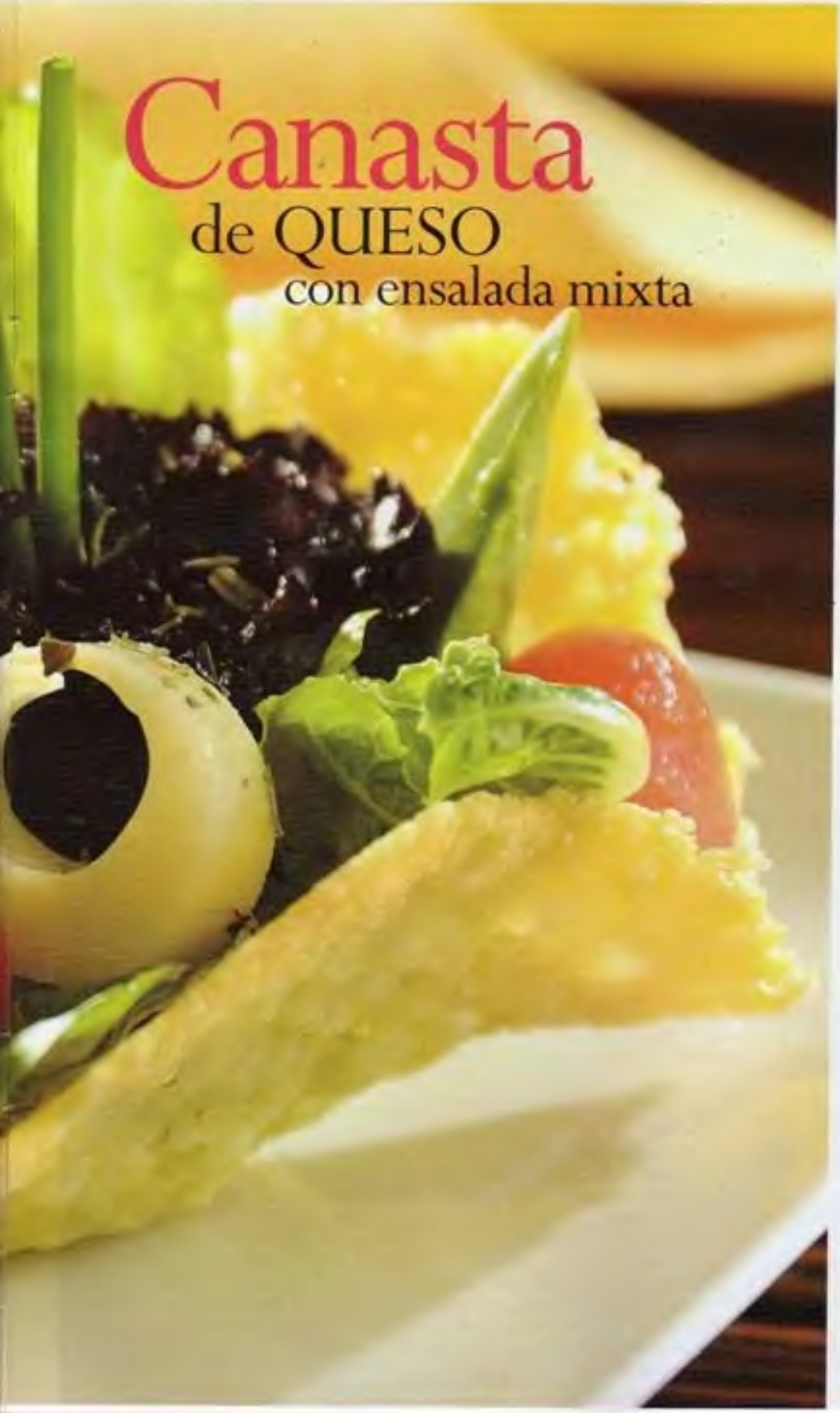
TIP DE YOLO

Elegir los pepinos de color verde oscuro y sin manchas amarillas y de preferencia de tamaño mediano a chico ya que los grandes suelen ser amargos.

Ensalada de PEPINO con yogurt y menta



Canasta de QUESO con ensalada mixta



Ingredientes:

- 250 gr de queso parmesano rallado
- Hojas de lechuga mixta
- 1 lata de palmitos
- Jitomates cherry sin piel
- Aguacate en gajos

Para la vinagreta

- 3 cdas de vinagre balsámico
- 1 diente de ajo finamente picado
- 1 cda de azúcar
- 1/2 cdita de hierbas mixtas
- 9 cdas de aceite de oliva

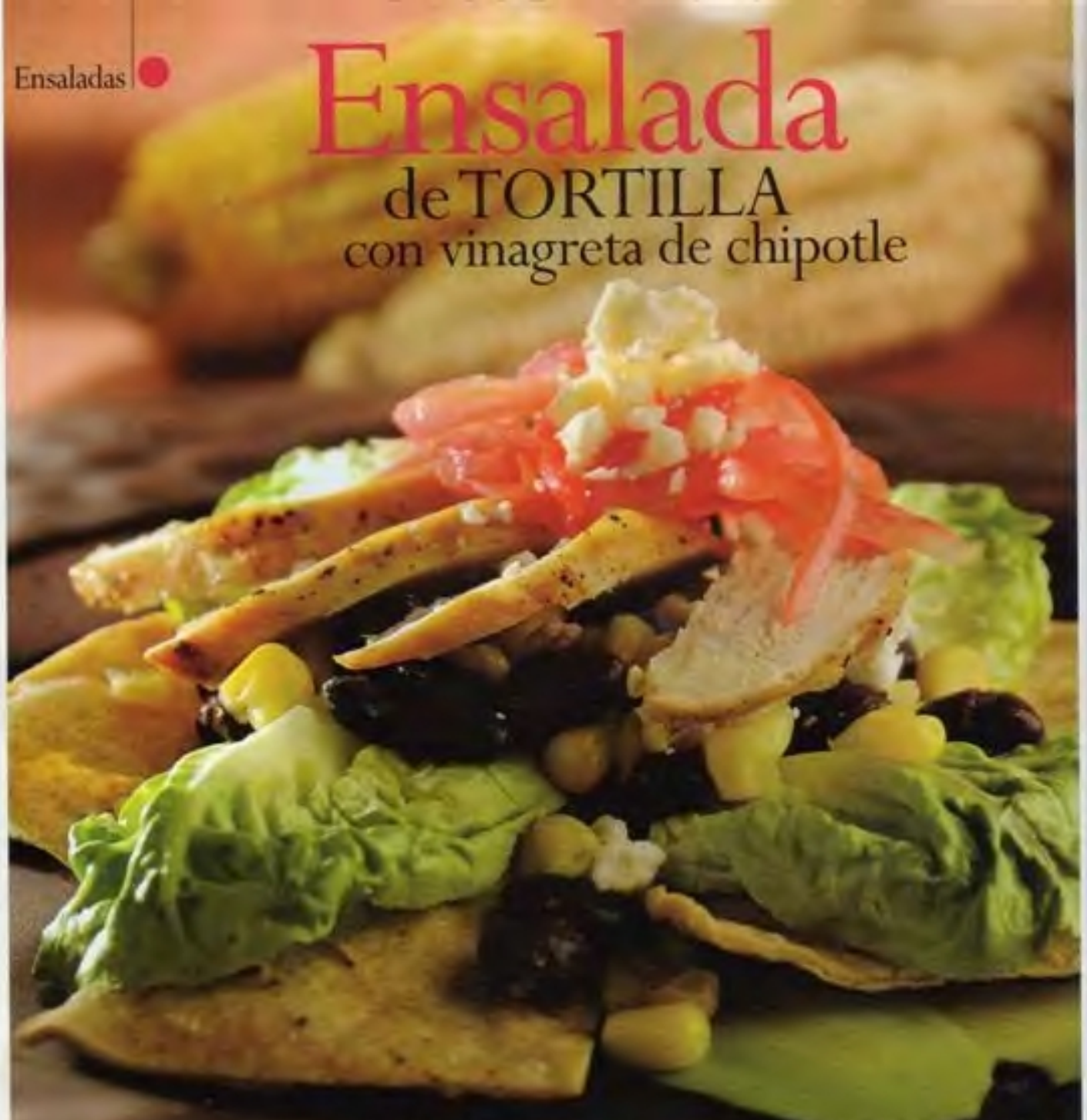
Procedimiento:

1. En una charola colocar 6 cucharadas de queso parmesano tratando de que quede concentrado y con forma circular.
2. Meter a hornear hasta que el queso comience a fundir, aproximadamente 10 minutos, sacar y levantar con un volteador.
3. Inmediatamente colocar el círculo de queso sobre una flanera o tazón chico volteado.
4. Dejar enfriar un rato para que tome la forma cóncava y endurezca.

Para la vinagreta

5. En un tazón mezclar el vinagre balsámico, el ajo, el azúcar y las hierbas.
6. Verter el aceite en forma de hilo y emulsionar con un globo.
7. Presentar la canasta de queso con las hojas de lechuga mixta, los jitomates cherry, el aguacate, los palmitos y bañar con la vinagreta.

Ensalada de TORTILLA con vinagreta de chipotle



Ingredientes:
- 5 tortillas de maíz en triángulos
- 1 pechuga de pollo
- 1 lechuga
- 1 lata de frijoles negros
- 1 lata chica de granos de elote
- 2 jitomates en tiritas
- 1 aguacate en gajos
- Queso cotija

Para la vinagreta
- 1/4 tz de jugo de naranja
- 1 cda de vinagre de manzana
- 6 cdas de aceite
- 2 cdas de adobo de chile chipotle al gusto
- 1 cdita de salsa inglesa
- Sal y pimienta

Procedimiento:
1. Cortar las tortillas en triángulos, freírlas en una cacerola con aceite bien caliente y reservarlas en un plato con papel absorbente.
2. En una plancha con un poco de aceite freír la pechuga salpimentada previamente y cortarla en tiras o cuadritos.
3. Hacer una cama con las hojas de lechuga previamente desinfectadas, agregar el pollo, los frijoles, las verduras e intercalar las tortillas.
4. Por último agregar el aguacate y espolvorear el queso.

Para la vinagreta
5. En un tazón mezclar el jugo de naranja y el vinagre de manzana, agregar el aceite de oliva en forma de hilo mientras se bate con un globo para emulsionar.
6. Añadir el adobo de chipotle, la salsa inglesa y sazonar con sal y pimienta.
7. La vinagreta se añade a la ensalada hasta que se sirva o presentarla en un tazón aparte.

Crema de BRÓCOLI

Ingredientes:

- 1/2 kg de brócolis
- 2 cdas de mantequilla
- 2 cdas de cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 barra de queso crema
- 2 tzs de leche
- 1 tz de caldo de pollo o de verduras
- Sal y pimienta

Procedimiento:

1. En una cacerola con agua y un poco de sal cocer los brócolis previamente desinfectados.
2. En una sartén fundir la mantequilla y saltear la cebolla, el ajo y los brócolis drenados.
3. En una licuadora moler lo salteado reservando una pequeña parte de los brócolis para la presentación, agregar el queso crema y la leche.
4. Una vez molido verter en una cacerola y dejar cocinar por 5 minutos y agregar el caldo de pollo poco a poco hasta que se ajuste la consistencia.
5. Sazonar con sal y pimienta y servir con los brócolis reservados.

India y México
a la mesa con Coca-Cola
y el Chef Oropeza.

El tamarindo es una fruta típica mexicana que originalmente llegó de la India. Siempre lo hemos usado para hacer ricos dulces típicos mexicanos, pero esta vez, el Chef Oropeza nos enseñará una nueva receta para que lo disfrutes con toda tu familia, no como un postre, sino como un plato fuerte que sorprenderá a todos los que más quieres.

10 min Camarones en Salsa de Tamarindo

Rendimiento: 8 porciones

Ingredientes:

- 1 cucharada de puré de chile chipotle
- 1 taza de jarabe de tamarindo
- 1/3 de taza de rabos de cebolla cambray picados
- 2 cucharadas de hojas de cilantro
- 1 diente de ajo picado
- Jengibre al gusto, picado
- 3 cucharadas de salsa china
- 4 láminas grandes de won ton
- 1 clara de huevo para sellar
- 16 camarones medianos, pelados
- Aceite, el necesario

Procedimiento

Mezcla el puré de chile chipotle, el jarabe de tamarindo y los rabos de cebolla. Reserva. Pica cilantro, ajo, jengibre y añade la salsa china. Mezcla bien. Corta en triángulo las laminas de won ton y barnizalas con clara de huevo, coloca en el centro un poco de la mezcla de cilantro y encima un camarón. Envuelve la mitad de los camarones dejando fuera las colas. Haz lo mismo con las demás láminas y el resto de los camarones. Frie en aceite hasta que estén dorados y crujientes.

Nota: Se pueden preparar con pasta filo o tortillas de harina.

El tamarindo tiene propiedades nutritivas únicas, gracias a su gran cantidad de vitaminas y un altísimo contenido de fibra.

el lado Coca-Cola de las comidas

Coca-Cola
Coca-Cola y el Chef Oropeza te invitan a dar un recorrido por el mundo a través de sus cápsulas lunes y miércoles en los programas "Hoy" y "Ventaneando" o martes y jueves en "La Oreja" y "Venga la Alegría".
movimiento
HAZ DEPORTE.

CALDO Xóchitl

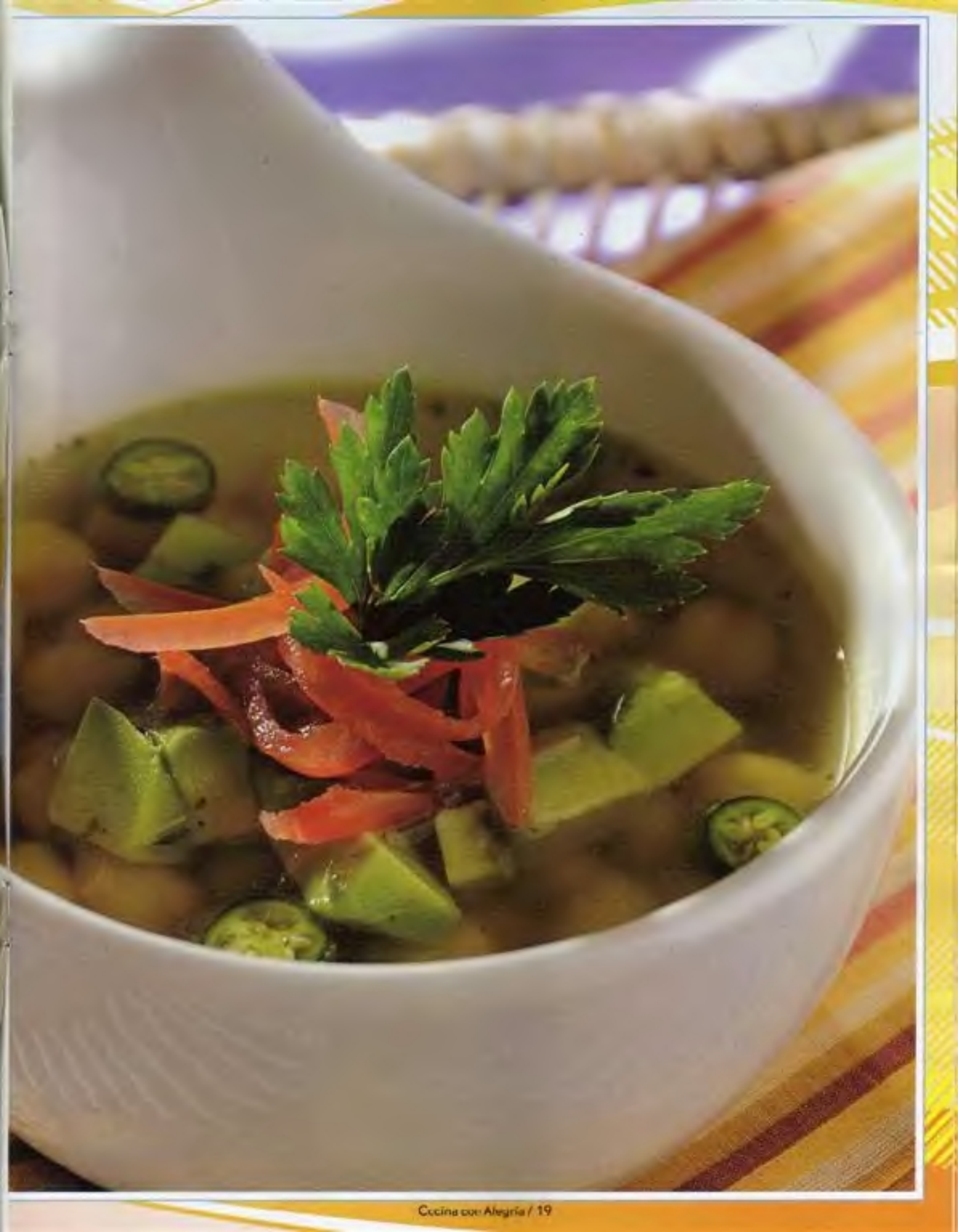
Ingredientes:
- 1 tz de garbanzos cocidos
- 1 kg de pollo
- 1/4 de cebolla
- 2 dientes de ajo enteros
- Sal y pimienta
- 1 o 2 chiles chipotles de lata

Guarnición
- Jitomate cortado en tiras
- Cebolla picada
- Aguacate picado
- Fritura de tortilla
- Limones en cuartos

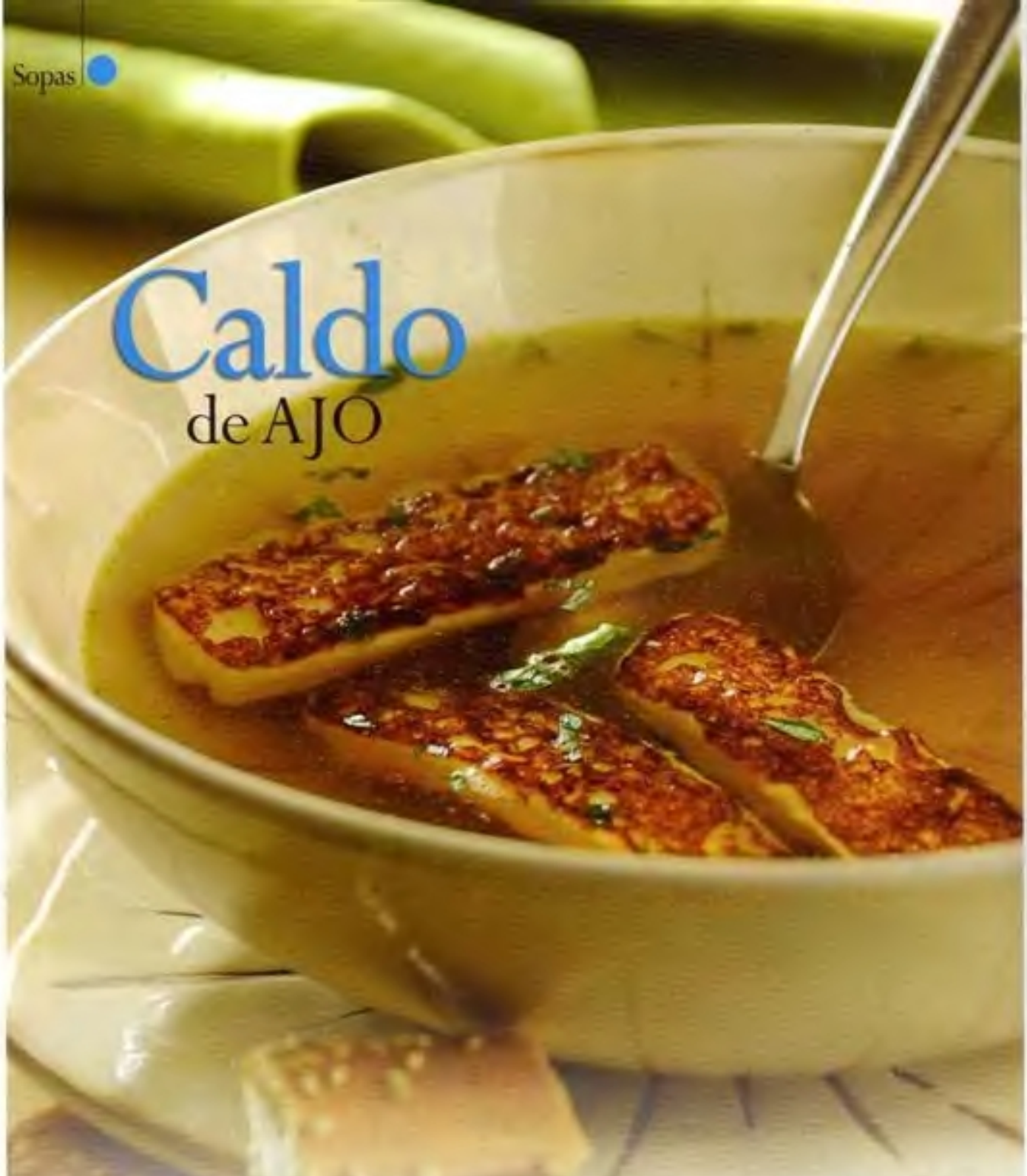
Procedimiento:
1. Remojar los garbanzos en agua una noche antes.
2. En una olla de presión darles cocción durante aproximadamente 15 minutos.
3. En una cacerola hacer el caldo con el pollo, la cebolla y los ajos a flama baja y retirar la espuma que se forma en la superficie continuamente para que no se enturbie.
4. Sazonar con sal y pimienta, retirar los ajos y la cebolla una vez que esté el caldo listo.
5. Deshebrar el pollo, regresarlo a la cacerola junto con el chipotle y cocinar 5 minutos más, por último rectificar sazón.
6. Servir bien caliente y acompañar con las guarniciones.

EL CHISTE DE FER

Un hombre se encuentra acostado en un teatro ocupando varias butacas con sus piernas y brazos.
Al observar su actitud, el acomodador le pregunta con ironía:
- ¿Está cómodo? ¿Quiere que le traiga un cafecito?
- ¡No bruto!, ¡llama a una ambulancia que me caí del palco!



Caldo de AJO



Ingredientes:

- 2 cdas de aceite de oliva
- 2 cdas. de aceite vegetal
- 10 dientes de ajo
- 1 chile morita
- 6 tzs de caldo de pollo
- 1 ramita de epazote
- Sal y pimienta
- 150 gr de queso panela

Procedimiento:

1. En una cacerola calentar el aceite de oliva junto con el aceite vegetal y freír los ajos ligeramente aplastados con la ayuda de la hoja de un cuchillo.
2. Una vez que están dorados, freír el chile morita brevemente cuidando que no se queme, después sacar ajos y chiles para que no amarguen la preparación.
3. Retirar del fuego la cacerola y agregar el caldo con cuidado para que no salte mucho el aceite.
4. Añadir el epazote al final, cuando es fresco y dejar cocinar 10 minutos.
5. Sazonar con sal y pimienta.
6. Cortar el queso en tiras y asar en una sartén caliente hasta que dore por ambos lados.
7. Presentar el caldo de ajo con queso panela asado.

Tacos DORADOS de res

Ingredientes:

- 1/2 kg de carne de res cocida y deshebrada
- 1/4 de cebolla finamente picada
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 2 chiles verdes
- 2 jitomates cortados en cubitos
- Aceite para freír
- Tortillas de harina
- Crema
- Aguacate
- Queso fresco

Procedimiento:

1. En una sartén con un poco de aceite vegetal freír la cebolla picada hasta que se torne suave y transparente, agregar los dientes de ajo, los chiles picados, los jitomates y mezclar con cuidado para no desbaratar el jitomate.
2. Agregar la carne deshebrada, mezclar y si es necesario agregar un poco más de aceite para freír.
3. Rellenar las tortillas con la carne, enrollar y freír en aceite hasta que doren.
4. Acompañar con crema, aguacate y queso.

Nuestro Invitado
RODRIGO CACHERO

Tal vez lo recuerden en en la película "Por la libre", recientemente en la novela "Se busca un hombre". Además de ser un estupendo actor, se defiende también en la cocina, y después de rogarle, nos regaló su receta favorita!

Rollitos de CERDO en salsa de tamarindo

Ingredientes:
- 1 kg de bisteces de cerdo
- 150 gr de jamón en rebanadas
- 1 barra de queso crema

Para la salsa de tamarindo
- 2 chiles anchos
- 1 chile pasilla
- 1 tz de jarabe concentrado de tamarindo dulce
- 1 cda de vinagre de manzana
- 1/2 tz de caldo de pollo
- 1 cdita de concentrado de pollo
- 1 cda de salsa inglesa
- Sal y pimienta

Procedimiento:
1. Extender los bisteces de cerdo, salpimentar, colocar una rebanada de jamón y por último un bastón de queso crema en cada uno.
2. Enrollar y sellar en un sartén con un poco de aceite hasta que se forme una capa dorada por toda la superficie.
3. Terminar la cocción en el horno a 180° C por 15 minutos.

Para la salsa
4. En una cacerola con agua hirviendo hidratar los chiles secos hasta que estén blandos.
5. En una licuadora moler los chiles con el concentrado de tamarindo, el vinagre, el caldo, el concentrado de pollo, la salsa inglesa, sal y pimienta.

Chiles
RELLENOS fríos

Ingredientes:
- 6 chiles poblanos
- 2 cdas de mayonesa
- 2 cdas de crema
- 2 latas de atún drenado
- 1/2 pepino sin semillas y cortado en cubitos
- 2 barritas de surimi picado
- 1 cda de cilantro picado
- 1 papa cocida y cortada en cubitos
- Sal y pimienta
- 1 jitomate en rodajas
- Queso añejo

Procedimiento:
1. Asar los chiles poblanos directamente en la flama de la estufa.
2. Una vez asados uniformemente guardar en una bolsa de plástico y cerrar para que suden.
3. Pasar los chiles asados directamente al chorro de agua para quitar la piel quemada y las semillas.
4. En un tazón mezclar la mayonesa, la crema, el atún drenado perfectamente, es decir sin nada de líquido.
5. Agregar el pepino, el surimi, el cilantro y por último la papa para no maltratarla cuando estemos mezclando.
6. Sazonar con sal y pimienta.
7. Rellenar los chiles con esta preparación y decorar con las rodajas de jitomate y el queso.

EL CHISTE DE FER

¿Qué es un punto rojo en la arena?
Una hormiga bay watch.

Arroz NORTEÑO

Ingredientes:

- 1 tz de arroz
- 2 cdas de cebolla finamente picada
- 1 diente de ajo finamente picado
- 2 1/2 tzs de caldo de pollo
- 100 gr de tocino frito y en cuadritos
- 2 bisteces de res en trocitos
- 1 cda de salsa inglesa
- 2 cdas de nueces en mitades
- 2 cdas de almendras en rajitas
- 2 cdas de piñones

Procedimiento:

1. En una cacerola con un poco de aceite freír el arroz, agregar la cebolla y por último el ajo.
2. Verter el caldo de pollo de preferencia caliente para que no baje la temperatura de la cacerola, tapar y dejar que hierva.
3. Cuando rompa el hervor, bajar la flama y dejar cocinar durante 20 o 25 minutos cuidando que no se pegue.
4. En una sartén freír el tocino en su propia grasa y con ésta misma cocer la carne previamente marinada con la salsa inglesa.
5. Una vez cocido el arroz agregar el tocino y la carne y por último los frutos secos.

TIP DE YOLO

Remojar el arroz en agua caliente por 20 minutos y después enjuagar en un colador hasta que el agua salga clara.
Extender el arroz en un trapo seco y dejar orear antes de freírlo.
Una vez que esté cocido el arroz esponjar con un tenedor para que no se pegue.

EL CHISTE DE FER

- ¡Qué curioso! ¡Cómo le pareces a tu hermano!
- ¡Pero si yo no tengo hermanos!
- Más curioso todavía

Flan de ELOTE

Ingredientes:

- 1 lata de leche condensada
- 1 lata de leche evaporada
- 1 barra de queso crema
- 1 lata grande de granos de elote
- 5 huevos
- cdita de vainilla
- Cajeta, la necesaria

Procedimiento:

1. En una licuadora mezclar las leches, el queso, los granos de elote los huevos y la vainilla.
2. En las flaneras verter un poco de la cajeta sólo en el fondo y agregar la mezcla de la licuado.
3. Cubrir con aluminio cada una de las flaneras sellando perfectamente y colocar en una charola profunda a baño María.
4. Hornear a 180° C por espacio de 1 hora o hasta que esté firme el flan.
5. Si desea puede hacerlo directamente en la estufa, sólo que deberá tapar individualmente con aluminio las flaneras y por último tapar toda la charola con aluminio también.

TIP DE YOLO

El agua para baño María debe cubrir 3/4 partes del molde para que el agua no penetre al flan.

Pay HELADO de limón

Ingredientes:

- 1 paquete de galletas Marías
- 1 barra de mantequilla fundida
- 1 lata de leche condensada
- 1 lata de leche evaporada
- 1/2 tz de jugo de limón
- Ralladura de un limón
- Crema batida

Procedimiento:

1. En un procesador moler las galletas hasta que se haga una especie de arenilla, agregar la mantequilla fundida y formar una pasta.
2. En un refractario cubrir el fondo con esta pasta de forma uniforme.
3. En una licuadora mezclar las leches y el jugo de limón.
4. Verter esta mezcla y refrigerar hasta que esté firme.
5. Servir con crema batida y ralladura de limón, cuando ya esté bien firme.

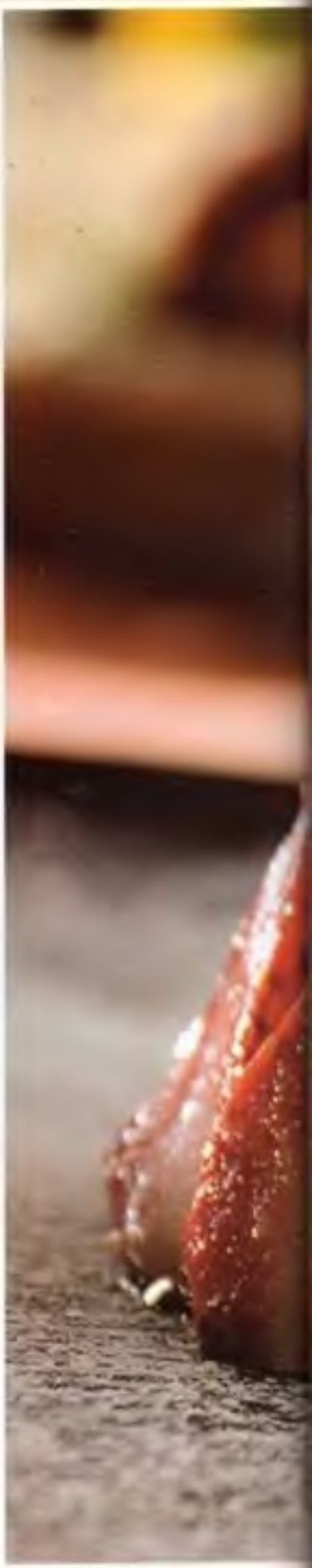
TIP DE YOLO

Si desea hacer más rápido este postre, en un refractario hacer una cama de galletas Marías, verter la crema de limón y repetir la operación comenzando por las galletas y terminando con la crema de limón y de igual forma refrigerar hasta que esté firme.

Mousse de CHOCOLATE

Ingredientes:
- 1 tableta de chocolate semiamargo (150 gr)
- 1 tz de crema para batir
- 1/2 tz de azúcar
- 2 claras
- 2 yemas

Procedimiento:
1. En un tazón fundir el chocolate previamente troceado, a baño María, cuidando de que no caiga agua en el chocolate.
2. Con una batidora montar la crema e ir agregando el azúcar de poco en poco hasta lograr que haga picos.
3. Aparte batir las claras a punto de turrón y reservar.
4. Una vez que ha fundido el chocolate dejar enfriar un poco para poder agregar las yemas.
5. Mezclar perfectamente y añadir la crema montada y con la ayuda de una miserable integrar de forma envolvente.
6. Por último añadir las claras y mezclar con la miserable teniendo cuidado de no sacar el aire de las claras.
7. Verter en moldes y refrigerar hasta que esté firme la mousse.



EL CHISTE DE FER

Yacía un hombre malherido en plena calzada, cuando un transeúnte lo descubre. Se acerca a él y contempla horrorizado, que tiene un puñal clavado en la espalda.
- ¿Le duele mucho, caballero?
- Sólo cuando me río.

Banderillas de SALCHICHA

Ingredientes:
- 1 kg de salchicha
- Palitos para brochetas o banderillas
- Aceite para freír

Para la pasta
- 2 tzs de harina de trigo
- 1 tz de harina para hot cakes
- 1 cdita de polvo para hornear
- 1/2 cdita de consomé de pollo en polvo
- 1/2 cdita de pimienta
- 1 pizca de sal
- 1 1/2 tzs de agua mineral
- 2 huevos

Para la salsa mil islas
- 6 cdas de catsup
- 4 cdas de mayonesa
- 1 pepinillo picado

Para la salsa de mostaza
- 3 cdas de mostaza
- 2 cdas de mayonesa
- Miel al gusto

Procedimiento:
1. En un tazón mezclar la harina de trigo previamente cernida por un colador junto con el resto de los ingredientes secos.
2. Añadir los huevos y el agua mineral.
3. Sazonar con sal y pimienta.
4. Introducir un palito de banderilla a las salchichas para después cubrirlas con la masa tratando de escurrir el exceso. En una cacerola con aceite hirviendo freír la banderilla girándola dentro del aceite hasta que esté dorada.
5. Para las salsas mezclar los ingredientes perfectamente.